Anglais



WIN OVER AIDS

Helpful advice for You and for Others

Information VIH/SIDA

Cette plaquette d'information sur le VIH et sur le sida est faite pour que chacun sache comment se transmet le virus et comment se protéger. Si vous pensez qu'elle ne vous concerne pas, ***elle peut cependant intéresser vos enfants ou vos proches.***

Ce que l'on sait

On sait
comment le virus du sida (VIH) se transmet.
On sait
ce qu'il faut faire pour l'éviter.
On sait
dépister la présence du virus.
On sait
soulager les personnes atteintes, leur donner des soins efficaces qui permettent de prolonger la durée de la vie.

Mais on ne sait pas
les guérir définitivement du sida.

This brochure about AIDS is designed to provide information on how the virus is ***transmitted*** *and on how you can* ***protect yourself****. If you think this brochure is not for you,* ***it may be of interest to your children or to someone you know.***

What we know

We know
how the AIDS virus (HIV) is transmitted.
We know
what needs to be done to avoid contamination.
We know
how to screen to detect the presence of the virus.
We know
how to provide relief to those infected through effective treatments that prolong life.

But we do not know
how to completely cure AIDS.

Le sida est dû à un virus

Le virus responsable du sida s'appelle le virus de l'immunodéficience humaine : **VIH.**



Lorsqu'il entre dans l'organisme, le **VIH** attaque principalement certains globules blancs **(les lymphocytes T4)** qui ont pour fonction de nous défendre contre les maladies.

La maladie sida est **l'étape la plus avancée** et la plus grave d'une infection par le VIH.

AIDS is caused by a virus

The virus responsible for AIDS is called the human immuno-deficiency virus: **HIV**.

When it enters the body, **HIV** primarily attacks certain white blood cells **(CD4 T-lymphocytes)** whose role is to fight against disease.

The illness AIDS is the **most advanced and serious stage** of an HIV infection.

L'évolution de l'infection par le VIH

Après une contamination par le VIH, il peut se passer plusieurs années avant que des signes de maladie apparaissent. Mais **dès que** l'on sait qu'on est atteint par le virus, il est important de **se faire suivre régulièrement** par un médecin.

En effet, même si aujourd'hui on ne sait pas guérir le sida, les traitements retardent considérablement l'évolution vers la maladie.

Dès qu'on est atteint par le VIH, on peut **transmettre** le virus à une autre personne dans certaines situations, si les précautions nécessaires ne sont pas prises. La transmission peut avoir lieu **même** si la personne atteinte n'a aucun signe de maladie.

The development of an HIV infection

After contamination by HIV, it may take several years for signs of the illness to appear. But **as soon as** you know you are contaminated by the virus, it is important to have your health **regularly monitored** by a doctor.

Even though today we do not yet know how to cure AIDS, treatment can considerably slow down the development of the illness.

A person contaminated by HIV can **transmit** the virus to another person in certain circumstances, if the necessary precautions are not taken, **even** if that person shows no signs of illness.

Comment se transmet le VIH ?

Le virus du sida se transmet pendant un **rapport sexuel** non protégé ou lorsque **le sang** d'une personne qui est contaminée par le virus pénètre dans le corps d'une autre personne qui n'est pas contaminée.

Lors d'un rapport sexuel sans préservatif :

- Un homme infecté par le VIH peut le transmettre à une femme.
- Une femme infectée par le VIH peut le transmettre à un homme.
- Un homme infecté par le VIH peut le transmettre à un autre homme.

Lorsqu'on utilise une seringue et une aiguille qui ont déjà servi à une personne atteinte par le VIH : le sang de la personne infectée resté dans la seringue et dans l'aiguille peut pénétrer dans l'organisme. De même, **en cas de blessure** accidentelle avec un objet souillé de sang contaminé, une contamination peut se produire.

Le virus peut passer d'une femme enceinte atteinte par le VIH à son enfant pendant la grossesse et l'accouchement ou après la naissance si elle allaite son bébé.

How is HIV transmitted?

The AIDS virus is transmitted during unprotected **sexual intercourse** or when the **blood** of a contaminated person (HIV-positive) enters the body of another person who is not contaminated (HIV-negative).

During sexual intercourse without a condom:

- An HIV-positive man can transmit the virus to a woman.
- An HIV-positive woman can transmit the virus to a man.
- An HIV-positive man can transmit the virus to another man.

When one uses a needle or a syringe that has already been used by an HIV-positive person, the virus found in the blood remaining on the needle or syringe can enter the body. Similarly, **in case of a wound** accidentally caused by an object covered in contaminated blood, contamination could occur.

The virus can be transmitted from a pregnant HIV-positive woman **to her child** during pregnancy and birth, or after birth if she breast-feeds her baby.

Comment éviter d'être contaminé par le virus du sida ?

Lors des rapports sexuels

Le préservatif est le seul moyen de se protéger lors de rapports sexuels.

Les préservatifs s'achètent dans les pharmacies, les supermarchés, dans certains bars-tabac, dans des distributeurs automatiques.

Si on se sert de seringues et d'aiguilles

- Si on est usager de drogues par voie intraveineuse, il faut utiliser uniquement son matériel personnel : ne partager ni aiguille, ni seringue, ni cuiller, ni eau, ni produit, ni filtre.

- **Une seringue ne doit servir qu'une fois.**

- Les seringues et aiguilles sont en vente libre en pharmacie. Le Stéribox®, trousse de prévention vendue en pharmacie, contient deux seringues jetables, le matériel stérile pour la préparation des injections et un préservatif.

- Certaines associations distribuent gratuitement aux usagers de drogues des trousses de prévention.

How can you avoid contamination by the AIDS virus?

During sexual intercourse:

Use of a condom is the only way to protect yourself during sexual intercourse.

Condoms can be bought in drug stores, supermarkets, in certain bars/tobacco shops and from automatic vending machines.

If using a needle or a syringe:

- If you are use intravenous drugs, only use your own materials: never share a needle, syringe, spoon, water, product or filter.

- **A syringe should only be used once.**

- Syringes and needles are freely sold in drug stores. The **Stéribox®,** a prevention kit available in drug stores, contains two disposable syringes, the sterile material needed for preparation of injections and a condom.

- Some association distribute free prevention kits to drug users.

Le préservatif

Le préservatif **protège** à la fois contre l'infection par le **VIH** et contre toutes les infections sexuellement transmissibles (**IST**).
Le préservatif est également **un moyen contraceptif :** il permet d'éviter les grossesses non désirées.
L'efficacité du préservatif est prouvée, à condition qu'il soit bien utilisé. N'utilisez que les préservatifs portant le marquage **CE** sur l'emballage. Cette inscription est la preuve de leur conformité aux **normes de qualité européennes.**
Un préservatif ne doit servir qu'une seule fois. Il est important de bien lire et de bien respecter le mode d'emploi.
En cas d'utilisation de produits ou de médicaments destinés à être appliqués sur le pénis ou dans le vagin, **vérifiez** auprès d'un pharmacien qu'ils sont compatibles avec l'utilisation de préservatifs, c'est-à-dire qu'ils ne risquent pas de les abîmer.
Pour que l'utilisation du préservatif devienne plus rapidement familière et donc plus facile, il peut être utile d'essayer d'abord tout seul !

Les *lubrifiants*

En cas de pénétration anale, l'application d'un lubrifiant est **indispensable** afin de diminuer les risques de rupture du préservatif. Le lubrifiant doit être appliqué sur le préservatif une fois mis en place et sur l'anus.
Il ne faut utiliser comme lubrifiant **que des gels à base d'eau**. Ces gels sont vendus en pharmacie, par correspondance ou dans certaines grandes surfaces.
Ne pas utiliser des produits gras comme : crèmes et laits de soins corporels, vaseline, huiles de table, crèmes et huiles solaires, crèmes et huiles de massage, etc.
Ces produits **abîment** le préservatif et le rendent **inefficace.**

The Condom

Condoms protect you both from **HIV** and from other sexually-transmitted infections **(STIs).**
Condoms are also means of contraception: they allow you to avoid unwanted pregnancies.
Condoms have been proven effective, under the condition that they are used correctly. Only use condoms with the label CE on the packaging. This mark is the proof that they conform to European **quality** standards.
A condom should only be used one time.
It is important to carefully read and respect the instructions for use.
In the case of use of products or medications which are applied to the penis or in the vagina, **verify** with your pharmacist that these products are compatible with the use of condoms, that is, that these products will not damage the condom.
In order for the use of the condom to become familiar more quickly and therefore easier to use, it could be useful to try using it by yourself first.

Lubricants

In case of anal penetration, applying a lubricant will reduce the risk of breaking the condom. The lubricant should be applied to the condom once it is in place and to the anus.
You should **only use water-based lubricants** (gels sold in drugstores, by mail or in supermarkets).

Do not use grease-based products such as: body creams, Vaseline, table oils, sun oil or cream, massage oil or cream, etc.).

These products **damage** condoms and make the **useless**.

Mode d'emploi du préservatif masculin



Ouvrir **délicatement** l'emballage. Attention aux coups d'ongles, de dents et d'objets coupants qui pourraient déchirer le préservatif.



Une goutte de liquide séminal ou de sperme peut être libérée avant l'éjaculation. Le préservatif doit donc être placé sur le sexe en érection **avant tout contact :**

- avec les organes génitaux féminins,
- avec la bouche ou avec l'anus de la partenaire ou du partenaire.



Lors de la mise en place, **pincer** avec les doigts le réservoir ou l'extrémité du préservatif pour en chasser l'air.



Déroulez le préservatif **aussi loin que possible** sur le sexe. S'il ne se déroule pas bien, surtout ne forcez pas ; vous l'avez peut-être posé à l'envers ; jetez-le et prenez en un autre.



Retirez-vous juste **après l'éjaculation, avant la fin de l'érection,** en retenant le préservatif à la base du sexe.

Jetez le préservatif usagé à la poubelle après l'avoir noué.

Les préservatifs doivent être entreposés dans un endroit frais et sec, à l'abri de la lumière directe du soleil.

Using a condom

- Open the package **with care**, paying attention to anything that could tear the condom (fingernails, teeth, sharp objects).
- A drop of seminal liquid or sperm could be released prior to ejaculation. Therefore, the condom must be placed on the erect penis **before any contact:**

  - with the female genitals,

  - with the mouth or anus of one's partner or partners.
- When putting it on, **pinch** the reservoir or tip of the condom with your fingers in order to press out any air.
- Unroll the condom over the penis **as far down as possible.** If it does not unroll easily, don't force it. You may have put it on inside out. Throw it away and take another one.
- **Right after ejaculation, before the end of the erection,** pull out holding the condom at the base of the penis.
- After usage, knot the used condom and throw it away in a trash bin.

Condoms must be stored in a cool and dry place, protected from direct sunlight.

Accidents et défaillances dans les pratiques de prévention

Il peut arriver des accidents et des défaillances dans les pratiques habituelles de prévention :

- relation sexuelle sans avoir pu utiliser le préservatif,
- rupture du préservatif,
- partage du matériel d'injection lors d'un usage de drogues,
- piqûre ou coupure accidentelle avec un objet souillé de sang contaminé.

Il faut alors se rendre le plus tôt possible et sans dépasser un délai de 48 heures, dans une consultation de dépistage ou aux urgences d'un hôpital.

Un médecin examinera avec vous la situation et vous conseillera. Selon ce que vous savez de votre partenaire et selon ce qui s'est passé, un **traitement préventif** d'une durée d'un mois, destiné à tenter **d'éviter** qu'il y ait contamination par le VIH, pourra être prescrit.

Accidents and failures in prevention practices

Accidents and failures in normal prevention practices do occur:

- Sexual intercourse without being able to use a condom
- A broken condom
- Sharing a needle during drug use
- Being poked or cut accidentally by an object covered with contaminated blood.

In such a case, go as soon as possible and no later than 48 hours afterward to a screening center or to the emergency services of a hospital.

A doctor will examine your situation and give you advice. Depending on what you know about your partner and on what happened, an one-month **preventive treatment** designed to attempt to prevent HIV contamination could be prescribed.

Comment savoir si on est atteint ou non par le virus du sida ?

Aujourd'hui, on peut dépister la présence du virus du sida **dès le 15ème jour** après une situation à risque : si les tests de dépistage pratiqués à ce moment sont **positifs,** cela veut dire de façon certaine qu'il y a eu **contamination** par le VIH. Une prise en charge dans les meilleures conditions possibles peut alors être immédiatement proposée.
Par contre, si ces tests ont un résultat **négatif,** ce sera seulement **trois mois** après la dernière situation à risque qu'un nouveau test permettra d'avoir la **certitude** que l'on n'est pas atteint par le VIH. En attendant, il faudra se protéger et protéger son, sa ou ses partenaire(s).

La démarche de dépistage

Vous voulez **savoir** si vous êtes ou non contaminé par le VIH :

- vous **pensez avoir été confronté à une situation à risque,** vous êtes inquiet ;
- vous et votre partenaire vivez une relation stable et vous voulez abandonner l'utilisation du préservatif ;
- vous envisagez une grossesse.

Dans toutes ces situations, il est important de consulter au plus vite un médecin.
Celui-ci vous écoutera, répondra à vos demandes d'information, vous conseillera et vous **prescrira un test si c'est nécessaire.**
Si ce test est pratiqué trois mois (ou plus) après la dernière situation à risque, son résultat est certain, qu'il soit positif ou négatif.

How can you find out if you are contaminated by the AIDS virus?

Now it is possible to detect the presence of the AIDS virus **as early as fifteen days** after a risk has been taken: If the screening test practiced at this times is **positive,** that means with certainty that there has been HIV contamination. Medical coverage under the best possible conditions can be proposed immediately.
On the other hand, if the test if **negative,** only **three months** after the last risk-taken situation will a final test verify **with certitude** that one is not contaminated by HIV. In the mean time, you must protect yourself and your partner(s).

Screening

If you want to **know** if you are contaminated or not by HIV:

- you **think you were confronted with a risk**, you are worried.
- you and your partner are experiencing a **stable relationship** and you would like to stop using condoms.
- you are considering becoming **pregnant.**

In all of these cases, you should consult a doctor as soon as possible.
The doctor will listen to you, respond to your questions, provide information and recommendations **and if necessary prescribe a screening test**. If this test takes place 3 months (or more) after the last risk-taking situation, the result is certain, whether positive or negative.

L'organisation du dépistage

Pour faire un dépistage du VIH, vous pouvez **choisir** entre diverses possibilités :

- rencontrer un médecin dans une **consultation de dépistage anonyme et gratuit.** Il y en a au moins une dans chaque département (voir plus loin la liste des numéros de téléphone). Vous n'aurez rien à payer.
- consulter **votre médecin** qui vous fera, si nécessaire, l'ordonnance permettant de faire pratiquer un test dans un **laboratoire** d'analyses médicales.
- vous rendre dans un centre de **planification familiale,** dans un dispensaire **antivénérien,** dans une **consultation de protection maternelle et infantile (PMI)** ou dans un **hôpital.**

Que le résultat du test soit négatif ou positif, il est important, au moment où il est remis, de s'entretenir avec un médecin. Celui-ci est tenu au **secret médical.**

Tous les soins en rapport avec une infection par le VIH sont pris en charge à 100 % par la Sécurité sociale ou par l'aide médicale.

Le dépistage n'est obligatoire en France que dans les situations suivantes : dons de **sang,** dons **d'organes,** dons de **sperme,** dons de **lait.**
Le dépistage est **systématiquement proposé** aux femmes qui envisagent une grossesse ou qui sont enceintes.

How screening is organized?

To be tested for HIV, you can choose between several possibilities:

- See a doctor at a ***free and anonymous screening center*** (CDGA). There is at least one in each department (see list below with telephone numbers). You will have nothing to pay.
- Go to see ***your doctor*** who, if necessary, will provide you with the prescription to have a blood test at a medical analysis laboratory.
- Go to a ***family planning center***, an ***anti-venereal disease clinic***, a ***mother-child welfare center*** (PMI), or a ***hospital***.

Whether the result is negative or positive, it is important, when you receive the result, to talk with a doctor. He/she is held by ***medical secret***.

All healthcare related to HIV infection is covered 100% by the social security or by medical assistance.

Screening for HIV is only compulsory in France in the following situations: donations of ***blood, organs, sperm or milk***.

Screening is ***systematically recommended*** to women who are thinking about getting pregnant or who are already pregnant.

Les consultations de dépistage anonyme et gratuit (CDAG)

Il existe dans chaque département une ou plusieurs consultations de dépistage anonyme et gratuit où on peut, sans prescription médicale, dans le respect de l'anonymat et gratuitement, recevoir des informations et des conseils et bénéficier si nécessaire d'un test de dépistage. On peut aussi réaliser un dépistage de l'hépatite C et de l'hépatite B.

Vous trouverez dans les pages suivantes les numéros de téléphone des consultations de dépistage anonyme et gratuit.

Les adresses peuvent également être obtenues soit par le Minitel 3611 en tapant « sida » dans la rubrique « nom » ou « activité » et en précisant le numéro du département, soit en téléphonant à :

Sida Info Service : 0 800 840 800.

Free and Anonymous Screening Centers (CDAG)

In France, every county (department) has one or several centers for free and anonymous screening where you can go without a doctor's prescription, in the respect of anonymity and free of charge, to receive information and advice and, if necessary, have a screening test.

Urgent: have also a screening test for hepatitis C and hepatitis B.

You can find the addresses of these screening centers on the Minitel 3611 by typing "Sida" under "nom" or "activité" and by specifying the county (department) number or by calling:

Sida Info Service: 0 800 840 800

Liste des numéros de téléphone des consultations de dépistage anonyme et gratuit (CDAG)

List of telephone numbers of free and anonymous screening centers (CDAG)

01. AIN
04.74.45.41.89 Bourg-en-Bresse
04.74.73.10.86 Oyonnax
04.50.40.38.16 Gex

02. AISNE
03.23.24.37.37 Laon
03.23.69.66.68 Chateau-Thierry
03.23.06.74.74 Saint Quentin
03.23.75.74.04 Soissons
03.23.59.08.19 Soissons

03. ALLIER
04.70.03.89.77 Montluçon
04.70.20.88.00 Moulins
04.70.97.13.30 Vichy

04. ALPES-DE-HAUTE-PROVENCE
04.92.30.17.27 Digne les Bains
04.92.36.76.52 Digne les Bains
04.92.70.17.52 Manosque
04.92.81.12.37 Barcelonnette
04.92.61.06.92 Sisteron
04.92.64.48.01 Saint Auban
04.92.89.10.23 Saint-André-les-Alpes

05 - HAUTES-ALPES
04.92.40.61.89 Gap
04.92.25.34.33 Briançon

06. ALPES-MARITIMES
04.93.85.12.62 Nice
04.93.69.71.79 Cannes
04.93.39.06.36 Cannes
04.92.41.71.99 Menton
04.93.65.98.98 Antibes
04.93.36.40.40 Grasse

07. ARDÈCHE
04.75.20.20.73 Privas
04.75.35.60.22 Aubenas
04.75.67.89.30 Annonay

08. ARDENNES
03.24.58.78.15 Charleville-Mézières
03.24.41.54.80 Fumay
03.24.27.80.00 Sedan
03.24.38.66.66 Rethel

09. ARIÈGE
05.61.03.31.60 Saint Jean de Verges

10. AUBE
03.25.49.00.27 Troyes

11. AUDE
04.68.24.29.99 Carcassonne
04.68.90.68.90 Narbonne

12. AVEYRON
05.65.75.42.24 Rodez
05.65.65.30.03 Villefranche de Rouergue

13. BOUCHES-DU-RHÔNE
04.91.14.21.16 Marseille
04.91.78.43.43 Marseille
04.91.08.33.28 Marseille
04.42.20.13.89 Aix en Provence
04.90.93.00.95 Arles
04.42.36.95.40 Aubagne
04.42.88.48.00 Marignane
04.90.45.06.60 Salon de Provence
04.42.89.05.06 Vitrolles

14. CALVADOS
02.31.94.84.22 Caen

15. CANTAL
04.71.46.56.10 (répondeur) ou
04.71.46.56.58 Aurillac
04.71.60.64.63 Saint-Flour

16. CHARENTE
05.45.85.65.15 Angoulême
05.45.24.42.84 Angoulême
05.45.35.13.13 Cognac

17. CHARENTE-MARITIME
05.46.45.52.40 La Rochelle
05.46.92.77.20 Saintes

18. CHER
02.48.48.48.40 Bourges

19. CORRÈZE
05.55.92.66.67 ou
05.55.92.60.06 Brive
05.55.29.79.71 Tulle

20A. CORSE-DU-SUD
04.95.29.90.10 ou
04.95.29.15.92 Ajaccio

20B. HAUTE-CORSE
04.95.55.06.24 ou
04.95.56.06.25 Bastia
04.95.59.12.66 Bastia

21. CÔTE-D'OR
03.80.63.68.14
Dijon - Beaune

22. CÔTE-D'ARMOR
02.96.01.72.99
Saint-Brieuc

23. CREUSE
05.55.51.70.62
Guéret

24. DORDOGNE
05.53.07.70.00 ou
05.53.07.70.53 Périgueux
05.53.63.86.40 Bergerac

25. DOUBS
03.81.65.44.50 Besançon
03.81.99.37.00
Montbéliard

26. DRÔME
04.75.42.35.70 Valence
04.75.75.75.49 Valence
04.75.01.29.04 Montélimar
04.75.70.82.66 Romans-sur-Isère

27. EURE
02.32.33.80.51 Évreux
02.37.71.69.52 Vernon

28. EURE-ET-LOIR
02.37.30.31.06 Chartres
02.37.30.30.71 Le Coudray
02.37.51.52.53 Dreux

29. FINISTÈRE
02.98.22.33.15 ou
02.98.34.71.91 Brest
02.98.52.62.90 Quimper

30. GARD
04.66.87.66.70 Nîmes
04.66.78.34.56 ou
04.66.78.31.78 Alès
04.66.79.12.70 Bagnols-sur-Céze

31. HAUTE-GARONNE
05.61.77.78.59 Toulouse
05.61.14.81.50 Toulouse
05.61.50.41.41 Toulouse
05.34.45.40.40 Toulouse
05.61.89.80.12 Saint Gaudens

32. GERS
05.62.05.22.75 Auch

33. GIRONDE
05.57.22.46.66 Bordeaux

34. HÉRAULT
04.67.33.69.50 Montpellier
04.67.35.73.84 Béziers
04.67.46.58.87 Sète

35. ILLE ET VILAINE
02.99.28.43.02 Rennes
02.99.21.27.57 Saint Malo

36. INDRE
02.54.29.60.04
Chateauroux

37. INDRE-ET-LOIRE
02.47.66.48.94 Tours

38. ISÈRE
04.76.12.12.85 Grenoble
04.74.31.50.31 Vienne
04.76.12.12.85 Bourg d'Oisans (antenne)

39. JURA
03.84.35.60.53 Lons-le-Saunier
03.84.79.80.77 Dôle

40. LANDES
05.58.46.27.27 Mont-de-Marsan
05.58.90.19.06 Dax

41. LOIR-ET-CHER
02.54.55.64.05 Blois
02.54.58.42.23 Blois
02.54.23.36.96 Vendôme

42. LOIRE
04.77.32.68.17 Saint-Étienne
04.77.42.77.89 Saint-Étienne
04.77.44.31.08 Roanne

43. HAUTE-LOIRE
04.71.05.66.90 Le Puy en Velay
04.71.50.82.00 Brioude

44. LOIRE-ATLANTIQUE
02.40.08.38.15 ou
02.40.08.31.19 Nantes
02.40.90.63.33 Saint Nazaire
02.40.55.88.09 Châteaubriand
02.40.90.63.33 Guérande (antenne)

45. LOIRET
02.38.51.43.61 Orléans-la-Source
02.38.74.45.54 Orléans cedex 1

46. LOT
05.65.20.54.11 Cahors
05.65.50.65.93 Figeac

47. LOT-ET-GARONNE
05.53.69.40.41 Agen
05.53.20.30.50 Marmande
05.53.40.59.59 Villeneuve sur lot

48. LOZÈRE
04.66.49.49.40 Mende

49. MAINE-ET-LOIRE
02.41.35.41.13 Angers
02.41.49.68.81 Cholet

50. MANCHE
02.33.20.70.43 Cherbourg
02.33.06.33.07 Saint Lô

51. MARNE
03.26.69.60.60 poste 71-95 Chalons-en-Champagne
03.26.78.45.70 ou
03.26.78.79.97 Reims (répondeur)
03.26.58.73.04 ou
03.26.58.71.02 Epernay
03.26.81.79.18 Cézanne
03.26.60.81.41 Sainte Ménehould

52. HAUTE-MARNE
03.25.30.71.77 Chaumont
03.25.56.84.00 Saint Dizier

53. MAYENNE
02.43.56.00.17 Laval
02.43.66.50.80 Laval

54. MEURTHE-ET-MOSELLE
03.83.15.40.06 ou
03.83.15.40.13 Vandœuvre-les-Nancy

55. MEUSE
03.29.83.83.32 Verdun
03.29.45.88.55 Bar-le-Duc

56. MORBIHAN
02.97.54.76.00 ou
02.97.54.76.69 Vannes
02.97.84.42.66 Lorient
02.97.28.42.40 Pontivy

57. MOSELLE
03.87.55.33.83 Metz
03.87.56.30.70 Metz
03.87.87.33.33 Forbach
03.87.23.24.44 Sarrebourg
03.82.55.89.10 Thionville

58. NIÈVRE
03.86.68.30.61 Nevers

59. NORD
03.20.54.57.73 Lille
03.27.81.57.00 Cambrai
03.27.98.50.61 Douai
03.28.24.04.00 Dunkerque
03.20.69.48.14 Tourcoing
03.27.33.55.62 Valenciennes

60. OISE
03.44.06.53.40 Beauvais
03.44.86.32.23 Compiègne
03.44.61.60.00 ou
03.44.61.65.10 Creil

61. ORNE
02.33.26.04.23 Alençon
02.33.32.30.49 Alençon

62. PAS-DE-CALAIS
03.21.21.31.99 Arras
03.21.01.25.62 Béthune
03.21.10.05.80 Boulogne-sur-mer
03.21.34.62.30 Calais
03.21.69.10.95 Lens
03.21.95.61.70 Saint-Omer

63. PUY-DE-DÔME
04.73.14.50.80 Clermont-Ferrand

64. PYRÉNÉES -ATLANTIQUES
05.59.92.48.12 Pau
05.59.63.35.29 Bayonne

65. HAUTES-PYRÉNÉES
05.62.56.74.94 Tarbes

66. PYRÉNÉES-ORIENTALES
04.68.51.60.84 Perpignan
04.68.66.24.00 Perpignan

67. BAS-RHIN
03.88.11.65.78 ou
03.88.11.63.30 Strasbourg
03.88.23.78.48 Strasbourg

68. HAUT-RHIN
03.89.64.61.85 Mulhouse
03.89.45.89.69 Mulhouse
03.89.12.44.65 Colmar

69. RHÔNE
04.72.41.32.91 Lyon
04.78.42.29.26 Lyon
04.72.11.62.06 Lyon
04.72.50.08.68 Vénissieux (antenne)
04.74.09.28.27 Villefranche-sur-Saône

70. HAUTE-SAÔNE
03.84.96.61.23 Vesoul

71. SAÔNE-ET-LOIRE
03.85.38.09.17 Mâcon
03.85.48.62.28 Chalon-sur-Saône

72. SARTHE
02.43.43.43.70 Le Mans

73. SAVOIE
04.79.96.50.83 Chambéry
04.79.96.51.52 Chambéry
04.79.96.51.72 Chambéry
04.79.34.01.26 Aix-les-Bains
04.79.37.89.56 Albertville
04.79.59.93.88 Saint Jean de Maurienne

74. HAUTE-SAVOIE
04.50.88.33.71 Annecy
04.50.83.21.19 Thonon-les-Bains
04.50.47.30.49 ou
04.50.47.30.48 Sallanches
04.50.87.48.27 Ambilly
04.79.85.50.09 ou
04.79.33.96.00 ou
04.79.62.56.24 Chambéry
04.50.38.23.81 Annemasse

75. PARIS
01.42.61.30.04 ou
01.42.97.48.29 1er
01.49.96.62.70 4ème
01.58.41.18.17 6ème
01.40.05.43.75 ou
01.40.05.41.87 (répondeur) ou 01.40.27.00.00 Hôpital Fernand Widal ou
01.42.49.99.24 (avant midi, sinon répondeur) 10ème
01.49.28.21.54 12ème
01.42.16.10.53 13ème
01.40.78.26.00 ou
01.40.78.26.56 (répondeur) 14ème
01.58.14.30.30 14ème
01.40.25.80.80 ou
01.40.25.84.34 18ème
01.40.33.52.00 20ème

76. SEINE-MARITIME
02.32.88.80.40 Rouen
02.35.07.33.33 Rouen
02.32.73.38.23 ou
02.32.73.38.20 Le Havre
02.35.77.00.85 Elbeuf
02.35.82.20.81 Dieppe
02.35.28.23.99 Fécamp

77. SEINE-ET-MARNE
01.64.14.55.55 Melun
01.64.35.38.38 ou
01.64.35.38.77 Meaux
01.60.06.26.76 Lognes
01.64.12.46.80 Lagny
01.60.71.22.07 Fontainebleau
01.60.52.51.42 Provins
01.64.26.51.06 Chelles

78. YVELINES
01.39.63.92.99 ou
01.39.63.80.90 Le Chesnay (répondeur)
01.30.22.09.60 Les Mureaux
01.34.83.79.07 Rambouillet

79. DEUX-SÈVRES
05.49.78.30.72 Niort
05.49.68.31.22 Bressuire

80. SOMME
03.22.91.07.70 Amiens
03.22.45.56.69 Amiens

81. TARN
05.63.47.44.58 Albi

82. TARN-ET-GARONNE
05.63.92.81.19 Montauban
05.63.04.67.00 Moissac

83. VAR
04.94.22.70 92 ou
04.94.22.74.45 Toulon
04.94.50.90.53 ou
04.94.50.90.52 Draguignan
04.94.51.18.65 Fréjus
04.94.12.60.33 Hyères
04.94.97.03.01 Saint Tropez

84. VAUCLUSE
04.90.04.34.13 Apt
04.90.87.38.44 Avignon
04.90.16.19.49 Avignon
04.32.85.88.96 Carpentras
04.90.78.85.29 Cavaillon
04.90.11.22.30 ou
04.90.11.22.33 Orange

85. VENDÉE
02.51.44.63.18 La Roche-sur-Yon
02.51.21.86.71 Les-Sables-d'Olonne

86. VIENNE
05.49.44.39.05 ou
0800.000.385 Poitiers (répondeur)
05.49.02.90.19 ou
05.49.02.90.90 Chatellerault (standard)

87. HAUTE-VIENNE
05.55.05.66.52 Limoges
05.55.45.12.70 Limoges

88. VOSGES
03.29.68.73.02 Épinal

89. YONNE
03.86.48.48.62 Auxerre
03.86.34.95.30 ou
03.86.34.95.32 Avallon
03.86.65.21.34 Sens

90. TERRITOIRE DE BELFORT
03.84.28.17.12 Belfort

91. ESSONNE
01.64.96.02.49 Corbeil-Essonnes
01.64.94.53.99 Étampes
01.60.77.73.52 Évry-Courcouronnes
01.69.21.49.22 Juvisy-sur-Orge
01.69.20.88.87 Massy
01.64.90.14.54 Arpajon

92. HAUTS - DE - SEINE
01.41.20.29.29 Nanterre
01.47.69.65.89 Nanterre
01.47.93.03.24 Gennevilliers
01.49.09.59.59 ou
01.49.09.59.57 Boulogne
01.46.03.39.11 Boulogne
01.45.37.42.01 Clamart
01.42.42.08.69 ou
01.74.60.67.68 Colombes
01.47.93.03.24 Asnières
01.41.18.15.50 Suresnes
01.46.42.14.24 Vanves
01.46.42.14.24 Fontenay aux Roses
01.46.42.14.24 Chatenay-Malabry

93. SEINE-SAINT-DENIS
01.42.35.61.99 Saint Denis
01.48.30.20.44 ou
01.48.95.51.72 Bobigny
01.41.70.81.91 Montfermeil
01.43.85.65.08 Aulnay sous bois

94. VAL-DE-MARNE
01.45.17.55.00 Créteil
01.47.06.02.32 Champigny-sur-Marne
01.43.90.20.17 Ivry-sur-Seine
01.43.86.22.37 Villeneuve-Saint-Georges
01.55.53.50.80 Vitry-sur-Seine

95. VAL-D'OISE
01.30.30.22.49 Cergy
01.34.53.22.11 Gonesse
01.34.23.25.29 Argenteuil

971. GUADELOUPE
*CDAG**
0590.89.10.10 poste 30.24 Pointe-à-Pître
0590.91.24.52 Pointe-à-Pître
0590.87.01.17 Saint Martin
0590.81.16.40 Basse Terre
0590.91.85.25 Abymes

972. MARTINIQUE
*CDAG**
0596.55.23.01 Fort de France
0596.60.36.87 Fort de France

973. GUYANE

CDAG*

0594.39.50.50 ou
0594.39.53.25 ou
0594.31.81.60 Cayenne
0594.34.87.77 Saint Laurent du Maroni
0594.32.42.20 Kourou

CDG**

0594.27.09.28 Apatou
0594.27.09.28 Cacao
0594.37.44.02 Camopi
0594.30.21.42 Cayenne
0594.31.01.20 Cayenne
0594.37.41.02 Grand Senti
0594.34.62.54 Iracubo
0594.38.88.79 Macouria Tonate
0594.34.82.26 Mana
0594.37.20.49 Maripasoula
0594.35.60.84 Natoury
0594.27.06.51 Régina
0594.35.40.40 Remire
0594.28.06.79 Roura
0594.37.02.00 Saint Georges de l'Oyapock
0594.34.11.47 Saint Laurent du Maroni
0594.34.51.54 Sinnamary
0594.34.10.60 Awala Yalimapo
0594.34.17.01 Javouhey

974. LA RÉUNION

CDAG*

0262.90.55.60 ou
0262.90.55.61 Saint Denis
0262.35.91.65 Saint Pierre-le-Tampon
0262.43.38.20 poste 400 ou poste 407 Le Port
0262.50.20.00 poste 239 Saint Benoît
0262.41.32.75 poste 29 Saint Denis
0262.96.90.80 Saint Pierre
0262.34.86.00 Saint Leu

98. NOUVELLE CALÉDONIE

0687.27.27.73

***CDAG :** Consultation de dépistage anonyme et gratuit.

****CDG :** Consultation de dépistage gratuit.

****For the overseas territories, this list also includes the Free Screening Clinics (CDG).***



Que signifie précisément le résultat du test ?

Un résultat positif est vérifié, sans attendre, sur une deuxième prise de sang. Si ce test est lui aussi positif, cela veut dire que vous êtes contaminé par le virus du sida.

Vous devrez alors vous faire suivre régulièrement par un médecin.

Dès qu'une personne est atteinte par le VIH, elle peut **transmettre** le virus, même si elle ne ressent aucun trouble particulier. Elle doit donc penser à protéger son, sa ou ses partenaire(s) :

- en utilisant systématiquement le préservatif lors des rapports sexuels
- en ne partageant avec personne son matériel d'injection, en cas d'usage de drogues par voie intraveineuse

Un résultat négatif est certain seulement si trois mois (ou plus) ont passé depuis la dernière situation à risque. Dans ce cas il signifie que vous n'êtes pas atteint par le virus du sida, mais il ne témoigne de votre situation **qu'à un moment donné** et ne vous protège pas de risques futurs de contamination par le VIH.

Vous devrez continuer à vous protéger en utilisant des préservatifs et/ou du matériel d'injection neuf et stérile en cas d'usage de drogues par voie intraveineuse.

What exactly do the test results mean?

A positive result requires immediate verification by another technique. If this verification test is positive, you are HIV positive, which means you are contaminated by the AIDS virus.

You should make sure a doctor monitors your condition.

As soon as a person is contaminated by HIV, that person can **transmit** the virus, even if they do not feel any particular signs. That person must think about protecting his or her partner(s) by:

- systematically using condoms during sexual intercourse
- never sharing injection material if using intravenous drugs.

A negative test result, verified three months after the last risk-taking situation, only reveals your situation at **a given moment** and does not protect you from future risks of HIV contamination.

You should continue to protect yourself by using condoms and/or new, sterile injection material in case of intravenous drug use.

Pourquoi se faire dépister le plus vite possible ?

Quand une personne est atteinte par le VIH, les traitements actuels ne font pas disparaître l'infection, mais ils permettent de **ralentir** fortement l'évolution vers la maladie sida. Ils **améliorent** souvent considérablement la qualité de vie des personnes atteintes. Il est donc important de savoir le plus tôt possible après une situation à risque de contamination si on est atteint par le VIH, afin de pouvoir bénéficier **d'une prise en charge médicale.**

Quand une femme enceinte est atteinte par le VIH, des traitements **réduisent** considérablement les risques de transmission du virus à l'enfant.

En quoi consistent les traitements contre le VIH ?

Les traitements contre le VIH ont pour objectif de **diminuer la multiplication du virus** dans le corps. Actuellement, ils sont donnés en associant le plus souvent plusieurs médicaments différents (**multithérapies**).

Ces traitements sont contraignants car, pour être efficaces, ils obligent à prendre chaque jour un grand nombre de médicaments à des moments très précis. Cependant, ils transforment la vie d'un grand nombre de personnes atteintes par le VIH, en améliorant considérablement leur état général.

Why get screened as soon as possible?

When a person is contaminated by HIV, current treatments do not make the infection disappear, but they considerably **slow down** the development of AIDS . They often **improve** the infected person's quality of life. It is therefore important to know as soon as possible after a risk-of-contamination situation if one has been contaminated, in order to benefit from **medical care.**

When a pregnant woman is contaminated by HIV, treatment can considerably **reduce** the risks of transmission of the virus to the child.

What are the treatments against AIDS?

Treatment against AIDS aim at **reducing the multiplication of the virus** in the body. Currently, they are often based on an association of several different medications **(multi-therapies).**

These treatments have constraints because in order for them to be effective, every day they require that a great number of medications be taken at very precise times. Nevertheless, they transform the lives of a great number of HIV-contaminated people considerably improving their general state.

On « n'attrape » pas le sida au travail, au café, à l'école...

Le sida n'est pas une maladie comme la grippe ou la tuberculose.
Il ne se transmet pas par des postillons ou des crachats, ni en serrant la main, ni en mangeant dans le même plat, ni en buvant dans le même verre.

- On ne peut pas « l'attraper » en utilisant des équipements publics : piscine, toilettes, douches, bains.

- Si quelqu'un a été contaminé par le virus du sida, il ne peut le transmettre dans son entourage que lors de rapports sexuels non protégés ou par un partage de matériel d'injection en cas d'usage de drogues par voie intraveineuse.

- Les rapports de tendresse (baisers, caresses...) ne sont pas contaminants.

Le sida n'empêche pas d'aimer



You don’t “catch” AIDS: at work, in a café , at school…

AIDS is not an illness like the flu or tuberculosis. It is not transmitted by saliva, or holding hands, or from eating from the same dish or drinking from the same glass.

- You cannot “catch it” by using public toilets, showers or baths.
- If someone has been contaminated by the AIDS virus, he can only transmit it to those around him through unprotected sexual intercourse or by sharing injection material in the case of intravenous drug use.
- Tenderness (kissing, caresses) is not contaminating.

AIDS does not keep you from loving.

La prévention du sida et la contraception

La pilule et le stérilet sont des moyens contraceptifs qui permettent d'éviter une grossesse non désirée.

Ils ne protègent pas des infections sexuellement transmissibles (IST), ni du virus du sida.

Le préservatif, seul moyen de se protéger des IST et du sida lors des rapports sexuels, est aussi un moyen contraceptif.

AIDS Prevention and Contraception

The pill and the IUD are means of contraception which allow you to prevent an unwanted pregnancy.

They do not protect against sexually transmitted infections (STIs) or the AIDS virus.

Condoms, the only means to protect yourself from STIs and AIDS during sexual intercourse, are also a means of contraception.

Il n’y a pas que le sida

La plupart des **infections sexuellement transmissibles (IST), si elles ne sont pas soignées,** peuvent avoir des conséquences graves sur la santé, telle que la stérilité.
Mais elles peuvent être traitées et guéries.
L’hépatites B et les IST se transmettent au moment d’un rapport sexuel non protégé.

L’utilisation du préservatif évite la contamination.

Les virus des hépatites B et C peuvent se transmettre également par le sang :

- notamment chez les **usagers de drogues,** par le partage de seringues et du matériel de préparation de l’injection. Pour s’en protéger, il faut utiliser à chaque injection une seringue et une aiguille neuves. Il ne faut partager ni aiguille, ni seringue, ni cuiller, ni eau, ni produit, ni filtre.
- lors d’une **blessure accidentelle** avec un objet souillé de sang contaminé.

Il existe un vaccin contre l’hépatite B (remboursé partiellement). Il n’existe pas de vaccin contre l’hépatite C.
Si vous pensez que vous avez pu être contaminé, il est important de consulter un médecin le plus vite possible, en cabinet ou dans un centre antivénérien. En cas de nécessité, vous pourrez ainsi bénéficier rapidement d’un traitement efficace. Le test de dépistage du virus de l’hépatite C peut être pratiqué dans toutes les consultations de dépistage anonyme et gratuit.

There's not only AIDS

Most **sexually transmitted infections (STIs), if left untreated,** can have serious health consequences, including sterility. **But they can be treated and cured.**

Hepatitis B and STIs can be transmitted during unprotected sexual intercourse.

Use of a condom can prevent contamination.

Hepatitis B and C can also be transmitted through **blood:**

- notably among **drug users** by sharing needles and injection-preparation material. To protect yourself, always use a new needle and syringe with each injection. Never share needles, syringes, spoons, water, products or filters.
- from an **accidental wound** caused by an object covered with contaminated blood.

A vaccination against hepatitis B (partially reimbursed) exists. No vaccination exists against hepatitis C.

If you think you have been contaminated, it is important to **consult a doctor as soon as possible**, in the doctor's office or at a venereal disease clinic. If necessary, you can benefit from rapid, effective treatment. The hepatitis C screening test can be practiced in all the free and anonymous screening centers.

Où s'informer

- dans les consultations de dépistage anonyme et gratuit (CDAG) (*voir liste page 24 à page 29*) ;
- chez votre médecin généraliste ;
- dans les centres de protection maternelle et infantile (PMI, consultations prénatales) ;
- dans les centres de planification et d'éducation familiale ;
- dans les dispensaires antivénériens ;
- lors de consultations de gynécologie ou de dermatologie ;
- auprès d'associations.
- en téléphonant directement à :

SIDA INFO SERVICE : 0 800 840 800

communication gratuite - tous les jours, 24 h/24

Where to find information?

- Through the CDAG (free and anonymous screening centers). *(see list page 24 to 29)*
- From your doctor.
- In centers of the mother/child protection (PMI, prenatal clinics)
- In family planning centers.
- In venereal disease clinics.
- During appointments with a gynecologist or dermatologist.
- From associations.
- From the AIDS information service:

SIDA INFO SERVICE: 0 800 840 800

toll free call – 7 days a week, 24h/24h

Des lignes de téléphone confidentielles et anonymes pour obtenir des informations :

Some confidential and anonymous telephone numbers to call for information

SIDA INFO SERVICE : 0 800 840 800

(communication gratuite - tous les jours, 24 h/24) écoute, soutien, orientation pour les problèmes ayant trait au sida.

(toll free call – 7 days a week, 24h/24h) listening, support, guidance for problems related to AIDS

SIDA INFO DROIT : 0810 636 636

(coût d'une communication locale - mardi de 16 h à 22 h - vendredi de 14 h à 18 h) questions juridiques et sociales liées au sida.

(local all cost – Tuesday from 4 p.m. to 10 p.m. – Friday from 2 p.m. to 6 p.m.) legal and social question related to AIDS.

FIL SANTÉ JEUNES : 0 800 235 236

(communication gratuite tous les jours de 8 heures à minuit) pour les jeunes de 12 à 25 ans.

(toll free call – 7 days a week from 8 a.m. to midnight) informations for young people aged 12 to 25 years old.

DROGUES ALCOOL TABAC INFO SERVICE : 113

DROGUES INFO SERVICE : 0 800 23 13 13

(communication gratuite tous les jours, 24h/24).

(toll free communication – 7 days a week, 24h/24h).

Pour obtenir ou consulter des documents d'information et de communication sur le sida :

To obtain and consult documents, information and communications about AIDS:

INPES

Institut national de prévention et d'éducation pour la santé

National Institute for Health Prevention and Education

Immeuble Étoile Pleyel - 42, bd de la Libération
93203 Saint-Denis Cedex

CRIPS

Centres régionaux d'information et de prévention sur le sida

Regional Centers for AIDS Information and Prevention

Aquitaine : 05 57 57 18 80 / 81
Auvergne : 04 73 34 12 12
Ile de France : 01 53 68 88 88
Nord - Pas de Calais : 03 20 15 49 10
Pays de Loire : 02 51 86 05 60
PACA - Marseille : 04 91 59 83 83
PACA - Nice : 04 92 14 41 20
Rhône Alpes : 04 72 00 55 70

LE KIOSQUE - Paris : 01 44 78 00 00

Information sur le sida et sur la toxicomanie.

AIDS and Drug Abuse Information:

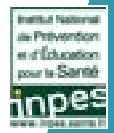


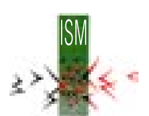
Document rédigé sous la responsabilité de la Direction générale de la Santé, ministère de la Santé, de la Famille et des Personnes handicapées.

Édition et diffusion :
Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES)
Immeuble Étoile Pleyel
42, bd de la Libération
93203 Saint-Denis Cedex
Fax : 01.49.33.23.90

État des connaissances : avril 2002.







La traduction de cette brochure a été assurée par Inter Services Migrants - 01 43 56 20 50

ILLUSTRATIONS : couverture Kristof Laroche [BoHu ToHu] intérieur Loïc Schvartz - Réf. 13-04164-B